

# 南屯門官立中學

過去一年，本校積極參與健康促進學校計劃，這段旅程不僅為校園注入了全新的活力，更在師生與家長之間建立了共贏的局面。榮獲2024/25年度「健康促進學校基石獎」，全校師生深感振奮。這項殊榮不僅是對我們過往努力的肯定，更成為推動我們持續構建和深化健康生活模式的動力，同時提升學生迎接挑戰的能力，全面實踐本校的發展目標。



活力健康校園計劃  
健康校園嘉年華暨  
繽紛水果日

二、家長與社區參與：家校合作共築健康校園  
家長與社區的積極參與是我們成功推行健康校園計劃的關鍵支柱。我們透過家長日、健康講座及親子活動，強化家庭健康教育，協助家長成為孩子健康生活的榜樣和堅實後盾。同時，我們積極與衛生署、中國香港排球總會及香港滑板學院等機構攜手合作，充分整合社區資源，進一步擴大健康促進的影響力，為學生提供更多元化的健康活動與學習機會，共同營造健康和諧的校園環境。

季節性流感疫苗  
到校接種計劃



健康校園大使訓練計劃

健康校園計劃  
名人講堂 學生篇



賽馬會社區排球計劃  
共融樂玩坐式排球體驗



## 一、學生層面：多元活動促進健康習慣

我們透過多元化的健康活動，幫助學生建立正向價值觀與健康生活習慣。「健康校園大使計劃」不僅培養了學生的領導力，還促使他們將所學的健康知識轉化為具體行動，成為推動校園健康的核心力量。而「繽紛水果日」活動則以趣味的方式提升學生對均衡飲食的認識，將健康飲食的理念深植於日常生活之中。此外，「坐式排球體驗」活動不僅促進了傷健共融，還進一步深化了學生的同理心，讓他們學會尊重與理解不同背景的同学，從而建立更和諧的校園氛圍。



體育科初中龍獅藝課程

體育文化交流團

## 三、六大領域發展心得：實踐與創新

在推進六大發展領域的過程中，我們累積了許多寶貴的經驗與心得：

- 健康飲食政策：我們嚴格監管小食部與午膳供應，確保為學生提供健康的飲食環境。同時，透過活動推廣均衡飲食理念，幫助學生養成良好的飲食習慣。
- 安全校園政策：我們定期巡查實驗室，設置急救箱，並制定完善的災難應變機制，全面保障學生的校園安全，為他們營造安心的學習環境。
- 和諧校園政策：我們設立反欺凌小組，結合學生輔導與家長溝通，致力於營造安全、尊重的校園文化，讓每一位學生都能感受到友愛與包容。
- 家校與社區聯繫：我們透過「健康校園嘉年華」與社區團體合辦活動，如長者健體班等，推動跨代交流健康訊息，促進社區共融。同時，利用社交媒體與校網實時發布健康資訊，增強家校互動，讓家長能隨時掌握學校的健康活動與相關資訊。
- 學校保健服務：我們完善醫療室設備，提供體適能測試與健康篩查，並積極跟進體重管理個案，為學生提供全面的健康照顧。透過推行「季節性流感疫苗計劃」，全校接種率達67%，有效降低流感傳播風險，進一步保障學生的健康。這些實踐不僅讓我們在六大領域中取得了顯著的成效，更成為我們持續創新與精進的動力。我們將繼續攜手學生、家庭與社區，致力於打造一個更健康、更和諧、更可持續發展的未來。

## 四、結語：持續優化，共築健康生態

健康促進是一項長遠且持續的工程。本校將秉持「以健康啓迪潛能」的信念，持續優化健康促進學校的各個領域，致力於培育身心強健的未來領袖。我們期待與各界攜手合作，共同建構更健康、更和諧的學習生態，讓健康生活成為每位學生成長的堅實基石，為他們的未來奠定穩固的基礎。



南屯門官立中學  
校址：新界屯門湖山路218號  
電話：2404 5506  
網址：www.stmgss.edu.hk